



## 暑さにご注意！



梅雨の季節となりました。雨が降るごとに学校の植物もぐんぐん伸びてきています。人間には少し憂鬱に感じられる梅雨の雨も、農作物を育てたり、飲み水になったりと、まさに「恵みの雨」であるのだと感じさせられます。

6月に入って、急激に暑くなってきました。夏休みまで残り1か月をきりました。体調管理に十分注意しながら、1学期を乗り切ってもらえたらと思います。

7月14日（火）～17日（金）には夏休み前の個人懇談会を行います。お子さんのことについて、保護者の方とお話させていただく貴重な機会と考えております。短時間ではありますが実りある時間にしたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### 8・9月の予定

8月26日（火）2学期始業式・給食開始  
26日（火）～28日（金）4校時授業  
（13時20分完全下校）  
9月15日（火）4年社会見学（さすてな京都）

### 熱中症予防のポイント「こえかけ」

こ

こまめな水分補給

- のどが渇く前に水分補給を。塩分補給も忘れずに！
- 運動時、起床時、入浴後などは、いつも以上に意識して水分補給をする
- 運動や屋外での労働など、大量に汗をかいた時は水分補給と合わせて塩分補給も忘れずに！

え

エアコンを活用しよう

- 熱中症の約5割は屋内で発生！
- エアコン使用中も、こまめに換気する

か

快適な環境づくり

- 室温は28℃を目安に調整する
- 気温や湿度の高い日は特に注意する

け

健康管理をしっかりと

- きちんと食事し、適度な運動で暑さに負けない体をつくる
- しっかり睡眠をとり、体調の悪い時は、無理せず休養する

### 熱中症の主な症状

軽症

- 手足がしびれる
- めまい、立ちくらみ
- こむら返り

- 頭ががんがんする（頭痛）
- 吐き気がする・吐く
- 体がだるい（倦怠感）

- 全身のけいれん
- 体が熱い
- 意識がない

重症

### 応急手当の4か条

- その1 涼しい場所で休息
- その2 衣類を緩めてからだを冷やす
- その3 水分と塩分補給
- その4 緊急時は迷わず医療機関（119番）へ



体を冷やす時のポイント！

- ① 太い血管のある脇の下、
- ② 両側の首筋、
- ③ 足の付け根を冷やす

### 緊急事態を見分けるポイント！

- ☐ 意識がない
  - ☐ 反応がおかしい
  - ☐ 自分で水分がとれない
  - ☐ 水分・塩分を補給しても、症状がよくなる
- ➡ **ためらわずに119番へ。救急車を呼んでください！**
- ➡ **医療機関へ受診してください。**  
救急車を呼ぶか迷ったときは#7119へ。

### 個人懇談会 よろしくをお願いします

7月14日（火）～17日（木）の14時～17時に個人懇談会を行います。

個人懇談会では、ご家庭でのお子様のご様子を聞かせていただいたり、お子様の学校での様子をお話させていただいたりします。お一人10～15分間と短い時間になりますが、どうぞよろしくお願い致します。

個人懇談会の日時につきましては、6月29日（月）にプリントをお配りしていますので、ご確認をお願い致します。

◆ご来校の際は、入校証を必ずお付けください。

## 銀行振替日 7月10日（金）

|     | 教材費     | 積立金 | 合 計     |
|-----|---------|-----|---------|
| 1年生 | 3,160 円 |     | 3,160 円 |
| 2年生 | 1,360 円 |     | 1,360 円 |
| 3年生 | 4,928 円 |     | 4,928 円 |
| 4年生 | 3,004 円 | 0 円 | 3,004 円 |
| 5年生 | 4,540 円 | 0 円 | 4,540 円 |
| 6年生 | 4,500 円 | 0 円 | 4,500 円 |

## 演劇鑑賞教室

6月12日（金）に「演劇鑑賞教室」がありました。6年生が漫才をしたり、あいうえお作文を披露したりして大盛り上がりでの2時間でした。



6年生は事前に準備をしてきた「太鼓」や「漫才」、「あいうえお作文」などを披露してくれました。とても緊張した様子でした。

# 氷 7月の行事予定

## 修学旅行へGO！

| 日  | 曜 | 児童行事                                           | 保健行事       | 地域・PTA |
|----|---|------------------------------------------------|------------|--------|
| 1  | 水 | たてわり活動                                         | わ246フッ化物洗口 |        |
| 2  | 木 |                                                |            |        |
| 3  | 金 | 町別児童会・集団下校                                     | 135フッ化物洗口  |        |
| 4  | 土 |                                                |            |        |
| 5  | 日 |                                                |            |        |
| 6  | 月 | クラブ(卒アル写真)                                     |            |        |
| 7  | 火 | 6年科学センター学習                                     |            |        |
| 8  | 水 |                                                | わ246フッ化物洗口 |        |
| 9  | 木 | 卒アルクラス写真                                       |            |        |
| 10 | 金 | 放課後まなび1学期最終日                                   | 135フッ化物洗口  |        |
| 11 | 土 |                                                |            |        |
| 12 | 日 |                                                |            |        |
| 13 | 月 |                                                |            |        |
| 14 | 火 | 個人懇談会                                          |            |        |
| 15 | 水 | 個人懇談会<br>あいさつ運動(児童会)                           | わ246フッ化物洗口 |        |
| 16 | 木 | 個人懇談会                                          |            |        |
| 17 | 金 | 個人懇談会                                          | 135フッ化物洗口  |        |
| 18 | 土 |                                                |            |        |
| 19 | 日 |                                                |            |        |
| 20 | 月 | 海の日                                            |            |        |
| 21 | 火 | 4校時授業(13:20完全下校)<br>5年非行防止教室③                  |            |        |
| 22 | 水 | 給食終了・4校時授業<br>1学期終業式・親子掃除                      |            |        |
| 23 | 木 | <div>夏季休業</div> <div>7月23日(木)～8月25日(火)まで</div> |            |        |
| 24 | 金 |                                                |            |        |
| 25 | 土 |                                                |            |        |
| 26 | 日 |                                                |            |        |
| 27 | 月 | 京都市小学生水泳記録会                                    |            |        |
| 28 | 火 |                                                |            |        |
| 29 | 水 |                                                |            |        |
| 30 | 木 |                                                |            |        |
| 31 | 金 |                                                |            |        |

※行事予定は、事情により変更することがあります。

子どもたちの今と未来のため、社会のあらゆる場で  
**「京都はぐくみ憲章」**を実践しましょう！



6年生が、5月21日～22日に修学旅行に行ってきました。あいにくの天気でしたが、楽しく活動することができました。子どもたちにとって思い出に残る「修学旅行」になったのではないのでしょうか。その様子を少しだけ紹介します。



1日目：世界遺産「姫路城」、天守からの眺めは圧巻でした。子どもたちもお城の大きさに驚いていました。



1日目：「ネスタリゾート」では、グループごとにまわりました。あいにくの天気でしたが、楽しむことができました。



ホテルでの様子：夜ご飯はビュッフェ形式でいろいろなものを食べました。その後はお楽しみのレクリエーションの時間です。



2日目：須磨シーワールドへ行きました。「オルカショー」では、前列の人がビショビショになりました。お昼は、イルカスタジアムでお弁当。